

不足しがちな食物繊維を「1食で6g摂れる」献立に改善しました!!

食物繊維足りていますか?

大阪公立大学医学部附属病院監修の 栄養管理された健康弁当

#医師監修

#管理栄養士監修

#1日の野菜摂取量1/3が摂れる

#食物繊維たっぷり

#腸活

食物繊維

6g

以上

エネルギー

550kcal

前後

野菜量

120g

以上

塩分量

2.5g

未満



日替
献立

腸活応援弁当